



# Μελέτη Διατροφικής Επίδρασης του Ελαιόλαδου

## Πρόσκληση εθελοντικής συμμετοχής

Μπορεί άραγε η κατανάλωση ελαιόλαδου με υψηλή περιεκτικότητα σε **φαινολικά συστατικά** να βελτιώσει την διατροφική κατάσταση, τους δείκτες που σχετίζονται με τον μεταβολισμό, την υγεία και τελικά την συνολική ποιότητα ζωής μας;

### Σκοπός της μελέτης:

Η διερεύνηση της επίδρασης ελαιόλαδου, στη διατροφική κατάσταση, στη σύσταση σώματος, στην ποιότητα ζωής, τη ψυχική διάθεση, καθώς και σε αιματολογικούς δείκτες (γλυκόζη, λιπίδια αίματος, οξειδωτικό στρες κ.α.)



### Μπορείς να συμμετέχεις εάν:

- Είσαι 18-65 ετών
- Έχεις διαγνωσμένη ή πιθανή μια μεταβολική διαταραχή όπως αυξημένη αρτηριακή πίεση, γλυκόζη αίματος (διαβήτη τύπου 2) ή δυσλιπιδαιμία (αυξημένη LDL, τριγλυκερίδια)
- Θες να βελτιώσεις την υγεία σου παίρνοντας μέρος στην έρευνά μας

### Παρέχονται ΔΩΡΕΑΝ:

- Αιματολογικές - βιοχημικές εξετάσεις (γλυκόζη αίματος, λιπίδια αίματος, δείκτες οξειδωτικού στρες και φλεγμονής στο αίμα)
- Ανάλυση σύστασης σώματος (σωματικό λίπος, βάρος, μυϊκή μάζα, σπλαχνικό λίπος κλπ.)
- Μέτρηση μεταβολισμού ηρεμίας
- Διατροφική αξιολόγηση
- Πρόγραμμα διατροφικών συστάσεων
- Βιολογικό ελαιόλαδο είτε πλούσιο σε πολυφαινόλες είτε απλό, για 8 εβδομάδες.



Τόπος Διεξαγωγής:  
Τμήμα Επιστήμης Διατροφής και Διαιτολογίας,  
Πανεπιστημίου Πελοποννήσου, Αντικάλαμος,  
24100

Δηλώστε συμμετοχή ή επικοινωνήστε τις απορίες σας στο: 6987385847 ή [konstan93@hotmail.com](mailto:konstan93@hotmail.com)  
Υπ. Διδάκτορας Λίβα Κωνσταντίνα, Χημικός Msc,



Η ερευνητική μας ομάδα αποτελείται από νοσηλευτές, χημικούς και διατροφολόγους, όλοι ειδικοί στον τομέα τους!

Υπεύθυνη Ερευνητικής Ομάδας  
Διατροφής: Επικ. Καθηγήτρια  
Αριστέα Γκιοξάρη



ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΑΙΓΑΙΟΥ

Η μελέτη θα πραγματοποιηθεί σύμφωνα με τον δεοντολογικό κώδικα της Διακήρυξης του Ελσίνκι και έπειτα από έγκριση εκ της Επιτροπής Ηθικής και Δεοντολογίας του Πανεπιστημίου Πελοποννήσου.